

Утверждаю

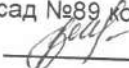
И.о. Заведующей
 МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 _____ /Ю.В.Винокурова/

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.
 Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	150	4,5	6	19,2	149	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр , масло сливочное , хлеб пшеничный 0,550)	30/6/4	3,2	6,4	15,1	130	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,4	3	11,2	86	0,6
Итого			340	11,1	15,4	45,5	365	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	40	0,4	3	3,2	42	1,6
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (картофель 24%, горох, лук репчатый 16%, морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржаной 0,730, птица тушка охл.)	150/9/9	7,1	4,7	20,4	152	3,8
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), птица тушка охл.)	60	7,9	8,2	7	133	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая , вода питьевая, масло сливочное)	110	3,7	3,4	16,6	111	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			568	21,7	19,7	70	543	6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, виноград сушеный (изюм))	60	3,9	4,8	21,4	145	0,1
Итого			210	8,2	8,5	28,4	224	0,9
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное , мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	9,5	6,1	7,4	122	0,2
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное , соль йодированная)	130	9,6	3,1	20,1	147	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	30	2,4	0,2	15,6	73	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный)	180	0,1		7	28	0
Итого			410	21,6	9,4	50,1	370	0,2
Всего				63,1	53,1	204,1	1545	10,3

Утверждаю

И.о. Заведующей
МАДОУ «Детский сад №89 комбинированного вида»
 /Ю.В.Винокурова/**МЕНЮ**
7 ноября 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное)	200	5,2	7,1	22,8	176	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный 0,550)	40/7/6	4,1	7,8	17,8	158	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,3	2,8	11,9	87	0,6
Итого			453	12,6	17,7	52,5	421	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,6	0,1	12,7	54	2,5
Итого			100	0,6	0,1	12,7	54	2,5
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь 23%, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	0,6	3	4,3	48	2,4
2012	109	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ (хлеб ржаной 0,730, вода питьевая, лук репчатый 16%, морковь 23%, соль йодированная, горох, картофель 24%, масло подсолнечное рафинированное, птица тушка охл.)	200/11/9	9,2	6,2	26	197	4,4
2008	284	ТЕФТЕЛИ (вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый 16%, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, птица тушка охл.)	70	9,2	8,9	11,5	163	0,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное)	130	4,9	3,7	21,9	140	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной 0,730)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			730	27,2	22,2	91,7	677	7,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи 0,010, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, виноград сушеный (изюм))	70	5,2	5,4	31,2	193	0,2
Итого			270	10,8	10,3	40,5	298	1,2
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	11,6	8,3	8,4	155	0,3
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная)	140	14,5	4,2	30,4	218	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 0,550)	40	3,2	0,3	20,7	98	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			460	29,4	12,8	67,6	503	0,3
				80,6	63,1	265	1953	12,8